तड़प न हो तो बया एक छोटी सी चिड़िया
तड़प के हाथों ही वह घोंसला बनाती है।
चाह ज्ञान की, निर्माण की, बढ़ावे की
प्यास कोई भी हो रास्ता दिखाती है।

मेरी किताब

स्टेट रिसोर्स सेन्टर
जामिआ मिल्लिया इस्लामिया, नई दिल्ली-25

MERI KITAB

Supplementary Book
Mass Literacy Programme

First Edition :	15,000	April 86
Second Edition :	5,000	Oct. 88
Third Edition :	10,000	Feb. 89

Prepared by : Kumar Sameer
Nishat Farooq

Illustrated by : Shaban Ahmed
Abdul Qayyum

STATE RESOURCE CENTRE
JAMIA MILLIA ISLAMIA
NEW DELHI-110025

Published by State Resource Centre, Jamia Millia Islamia, New Delhi-110025 and printed at Pearl Offset Press Pvt. Ltd. 5/33 Kirti Nagar Industrial Area, New Delhi-110015

पढ़ाने वालों से

आप से अनुरोध है कि हर पाठ को पहले स्वयं ठीक ढंग से पढ़कर पढ़ने वाले को सुनायें। जहां रुकना है वहां रुकें, जहां जोर देना है वहां जोर दें, फिर उससे पढ़वायें।

पहला पाठ एक गीत है। इसे भलीभांति समझिये और यदि हो सके तो यह गीत पढ़ने वालों को याद करा दीजिए।

यदि संभव हो तो हर पाठ में जो संदेश दिया गया है उस पर बातचीत कीजिए। बातचीत करने का एक लाभ यह होगा कि पढ़ने वाला जो कुछ पढ़ेगा उसे समझेगा भी और उस पर विचार करेगा। साथ ही उसमें अपने जीवन के बारे में जागृति होगी और उसे जरूरी जानकारी भी मिलेगी। बातचीत को आगे बढ़ाने के लिए सवाल करने जरूरी हैं। जैसे पाठ-1 पर इस प्रकार के सवाल किए जा सकते हैं :–

1. क्या यह सच है कि अनपढ़ रहने से नुकसान है ?
2. क्या चिट्ठी पढ़ने और बस का नम्बर पढ़ने के अलावा भी पढ़ने के कुछ और लाभ हैं।
3. पढ़ने-लिखने से क्या आपको दुनिया का हाल मालूम हो सकता है ? कैसे ?
4. क्या आपको लगता है कि पढ़-लिखकर आप बच्चों की देख-भाल ज्यादा अच्छी तरह कर सकते हैं ?
5. क्या आपको गर्व है कि आप पढ़-लिख रहे हैं ?

विषय सूची

पाठ 1

साक्षरता गीत

बढ़ने के लिए पढ़ना सीखो
चढ़ने के लिए पढ़ना सीखो
अड़ने के लिए पढ़ना सीखो

लड़ने के लिए पढ़ना सीखो
गढ़ने के लिए पढ़ना सीखो
पढ़ने के लिए पढ़ना सीखो

नहीं हुई अभी कुछ ज्यादा देर।

"अ" से करो "अलिफ" से करो
"ए" से करो, कहीं से करो

कम से कम शुरू तो करो।

बनो हाज़िर जवाब
भोंक दो नासमझी के

अंधेरे की कोख में
समझ में बुझी संगीन।

न झेंपो और न हारो हिम्मत
जानो सब कुछ, संभालो कमान
समझ लो फिलहाल
किताब को ही हथियार।

कड़ी मेहनत के बाद दिन भर की
बमुशकिल तमाम रोटी दो जून की
जुटा पाने वालो !

जहां भी हो जैसे भी हो, लेकिन पढ़ो
जेल में हो, तब भी पढ़ो
औरतों तुम चुल्हा फूंकते हुए, मिचमिचाती
आंखों से पढ़ो

पर मन लगाकर पढ़ो
न बनाओ उम्र को कोई बहाना
साठ साल के हो तब भी पढ़ो

मेरे दोस्त पोपले मुंह से ही सही

पर पूरी समझ के साथ पढ़ो

और करो हर चीज के बारे में सवाल

पूछो पैसा क्या है? पूछो महंगाई क्यों है?

पूछो यह कैसी आजादी है?

पूछो मेरे मुल्क की तस्वीर

किसके छल से कटी फटी सी है?

इसलिए मेरे दोस्त

बेहिचक होकर पढ़ो

जैसे भी करो

पर कम से कम पढ़ना शुरू करो

न सही अपने लिए आने वाली नस्लों के

लिए ही सही

पढ़ना शुरू करो

—अरुण कुमार शर्मा

पाठ 2

जनता की ताकत

अकबर बादशाह के राज्य में एक आदमी था। लोग उस को बहुत मनहूस समझते थे। मशहूर था कि जो सुबह-सुबह उसका मुंह देख लेगा उसको दिन भर खाना नहीं मिलेगा।

अकबर बादशाह ने कहा, "उसको मेरे पास लाओ। मैं सुबह सुबह उसका मुंह देखूंगा। फिर देखता हूं कि मुझे कैसे खाना नहीं मिलता।"

दूसरे दिन अकबर ने सुबह उठते ही उसका मुंह देखा। सारे दिन उनको खाना नहीं मिला। कभी खाने में छिपकली गिर गई और कभी हंडिया जल गई। बादशाह सलामत गरम हो गए। उन्होंने हुक्म दिया, "इस मनहूस को फांसी दे दो।"

वह रोता पीटता बीरबल के पास गया। बीरबल ने विचार किया और बोले, "एक पुरानी रीति चली आई है। हर मरने वाले की आखिरी इच्छा पूरी की जाती है। तुम बादशाह से कहो कि वह भी तुम्हारी आखिरी इच्छा पूरी करें।" उस आदमी ने पूछा, "कौन सी इच्छा?" बीरबल ने कहा, "यह इच्छा कि तुम मरने से पहले जनता से एक बात कहना चाहते हो।"

वह आदमी, "कौन सी बात?"

बीरबल, "तुम जनता से यह कहना चाहते हो कि मेरा मुंह देखने से रोटी नहीं मिलती, मगर बादशाह का मुंह देखने से फांसी मिलती है।"

बादशाह सलामत उसकी यह बात कैसे मान सकते थे। कौन हाकिम यह चाहता है कि जनता उसकी हंसी उड़ाए? जनता की हंसी से बड़े-बड़े हाकिम डर जाते हैं। जनता की ताकत महान है।

अकबर बादशाह ने उस आदमी की सजा माफ कर दी।

बिजली का दफतर

पाठ 3

सब मिलकर

क्या सचमुच जनता के हाथ में ताकत है? मैं भी तो जनता का ही एक आदमी हूं। क्या ताकत है मेरे पास? है मेरे पास कोई ताकत?

जिसे देखो मुझको सता लेता है, पुलिस वाला तो, राशन वाला तो, मालिक तो। जैसे मैं एक कीड़ा हूं। जो चाहे मुझको मसल दे।

वैसे तो यह बात ठीक है।

अकेले के हाथ में कोई ताकत नहीं। उसको मसल देना आसान है। जैसे कि एक कीड़े को मसल देना। लेकिन हजारों कीड़ों को मसलना आसान नहीं है। एक नहीं, सब मिल कर जुल्म के खिलाफ आवाज़ उठाएं तो जालिम के जुल्म को रोका जा सकता है। जालिम के सिर को झुकाया जा सकता है। जुल्म का अन्त हो सकता है। परन्तु केवल दूसरों की गलती पकड़ने से नहीं। खुद अपने काम और ढंग को भी देखना चाहिए।

सब तय कर लें कि वे स्वयं जुल्म नहीं करेंगे तो समाज से जुल्म का अन्त हो सकता है।

मैं तो आज से ही यही तय करने जा रहा हूं।

पाठ 4

बालक हठ

एक बालक ने अपने पिता से कहा, "मैं केंचुआ खाऊंगा।" पिता ने सोचा चलो इसका हठ पूरा कर दूँ। वे एक केंचुआ पकड़ लाए। उन्होंने केंचुआ बच्चे के सामने रख दिया और बोले, "लो खाओ।"

बच्चा मचल गया। रोकर बोला, "इसको भूनकर लाओ।" पिता केंचुआ भूनकर ले आए और बोले, "लो खाओ।"

बच्चा फिर मचल गया। चिल्ला-चिल्ला कर रोने लगा और बोला, "आधा तुम खाओ।" पिता ने उस केंचुए के दो टुकड़े किए और एक टुकड़ा खा लिया।

अब बच्चा लगा दहाड़े मार-मार कर रोने। "हूं, हूं, तुमने तो मेरा टुकड़ा खा लिया। अब अपना टुकड़ा खाओ।"

यह तो केवल एक कहानी है। इससे यह पता चलता है कि बच्चे कभी-कभी बहुत जिद करते हैं। कुछ मां-बाप बच्चे की हर जिद पूरी करते हैं। कुछ माता-पिता झुंझला जाते हैं। उन्हें गुस्सा आ जाता है। वे अपने बच्चे को पीटते हैं, मारते हैं, गालियां देते हैं। पर बच्चा न मार को समझता है, न गालियों को। इसीलिए वह जिद करता रहता है। बच्चे को पालना आसान नहीं है। बहुत ही सब्र करना होता है। अपने मन को मारना होता है। तब बच्चा पलता है।

पाठ 5

बस की लाइन

दिल्ली में रहना है तो बस में सफर करना ही होगा। इतनी लंबी चौड़ी दिल्ली में किसी से मिलना है या काम पर जाना है तो बस ही सबसे सस्ती सवारी है। पर राम बचाए इस बस से। बस में चढ़ना लोहे के चने चबाना है।

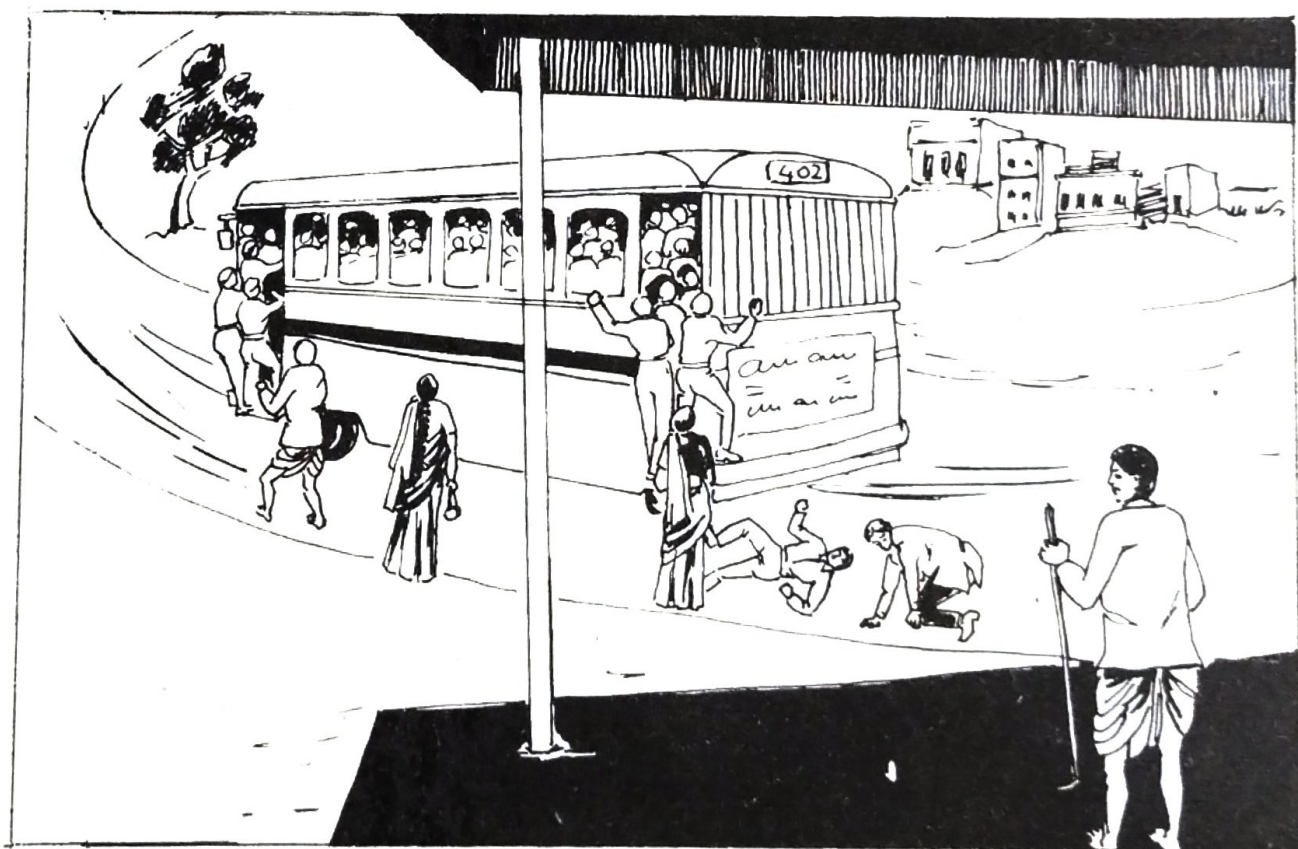
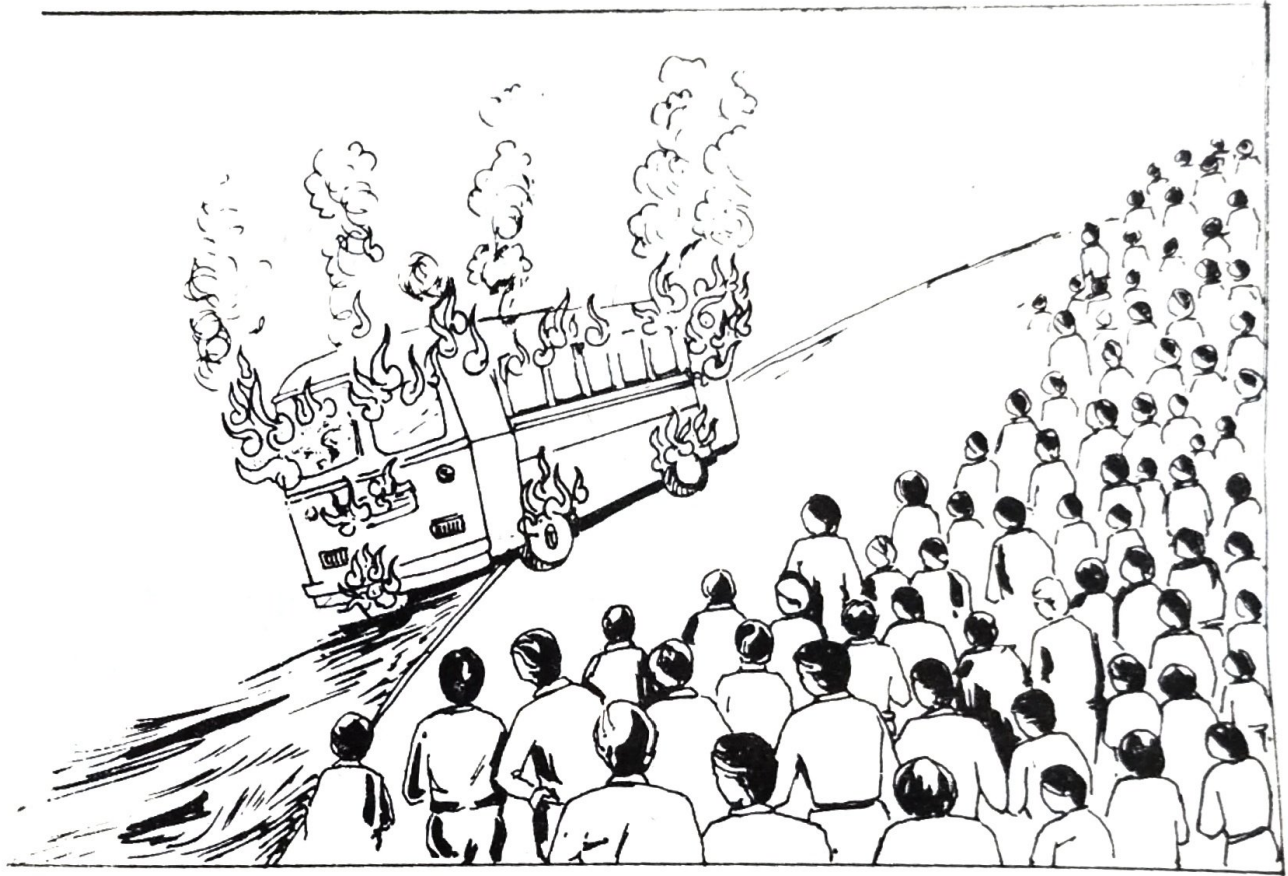
बस आई नहीं कि लोग दौड़ पड़े, लगे एक दूसरे को धक्का देने।

हट्टे-कट्टे तो चढ़ गए पर औरतें, बुड्ढे और बच्चे पीछे रह गए।

कुछ आगे से चढ़ने लगे। वे अन्दर घुसना चाहते हैं। उतरने वाले उनको पीछे धकेल रहे हैं।

बस ठसाठस भरी है। जेबकतरों की बन आई।

मुसाफिर ऐसे लदे हैं जैसे पेड़ पर आम।

इतने में ड्राइवर ने बस चला दी और कुछ लोग पीछे गिर पड़े।

कुछ ड्राइवर बस को अंधाधुंध चलाते हैं। मुसाफिर की जान को जान नहीं समझते। ऐसे चलाते हैं जैसे ऐक्सीडेन्ट को बुलाते हों।

ऐक्सीडेंट हुआ नहीं कि पब्लिक ने घेरा नहीं।

बस पब्लिक की ही संपत्ति है। पर पब्लिक ने उसमें आग लगा दी।

हमारे जीवन में इतनी बेसब्री क्यों है ? यदि लोग लाइन लगाकर शान्ति से चढ़ें उतरें, ड्राइवर सावधानी से और टाइम पर बस चलाए तो यह रोज का लफड़ा क्यों हो ?

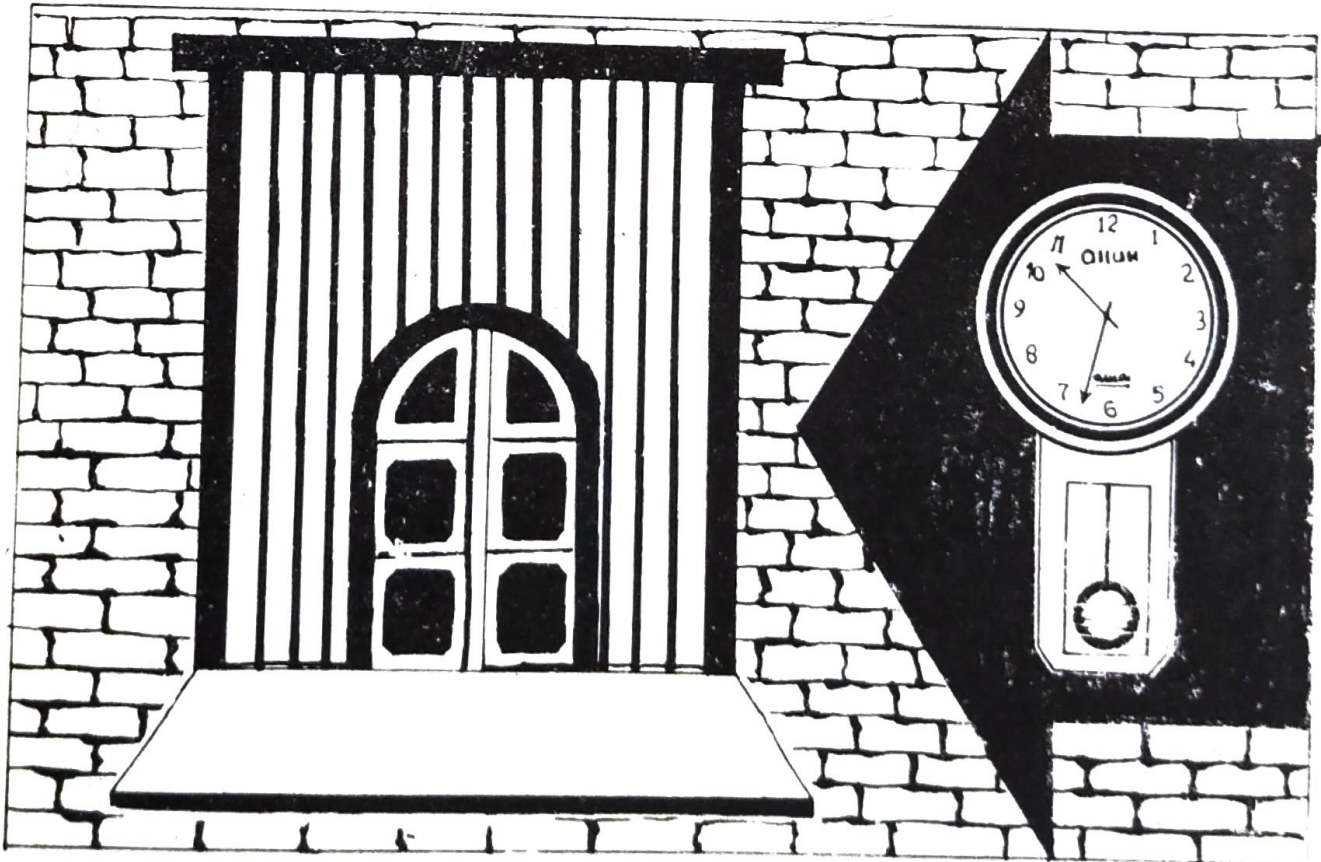
पाठ 6

बेसब्री

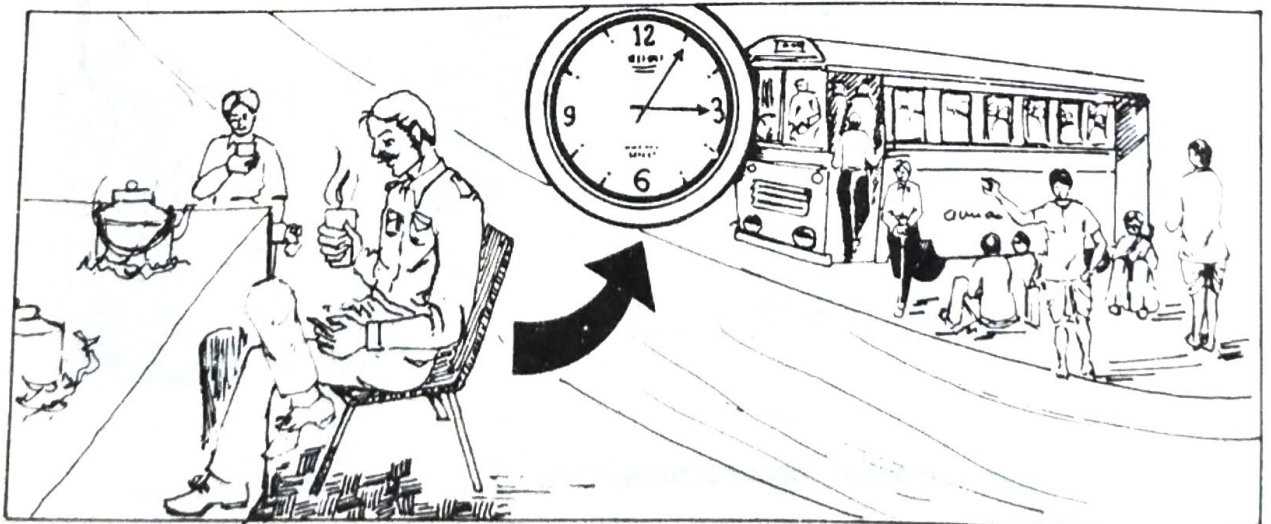
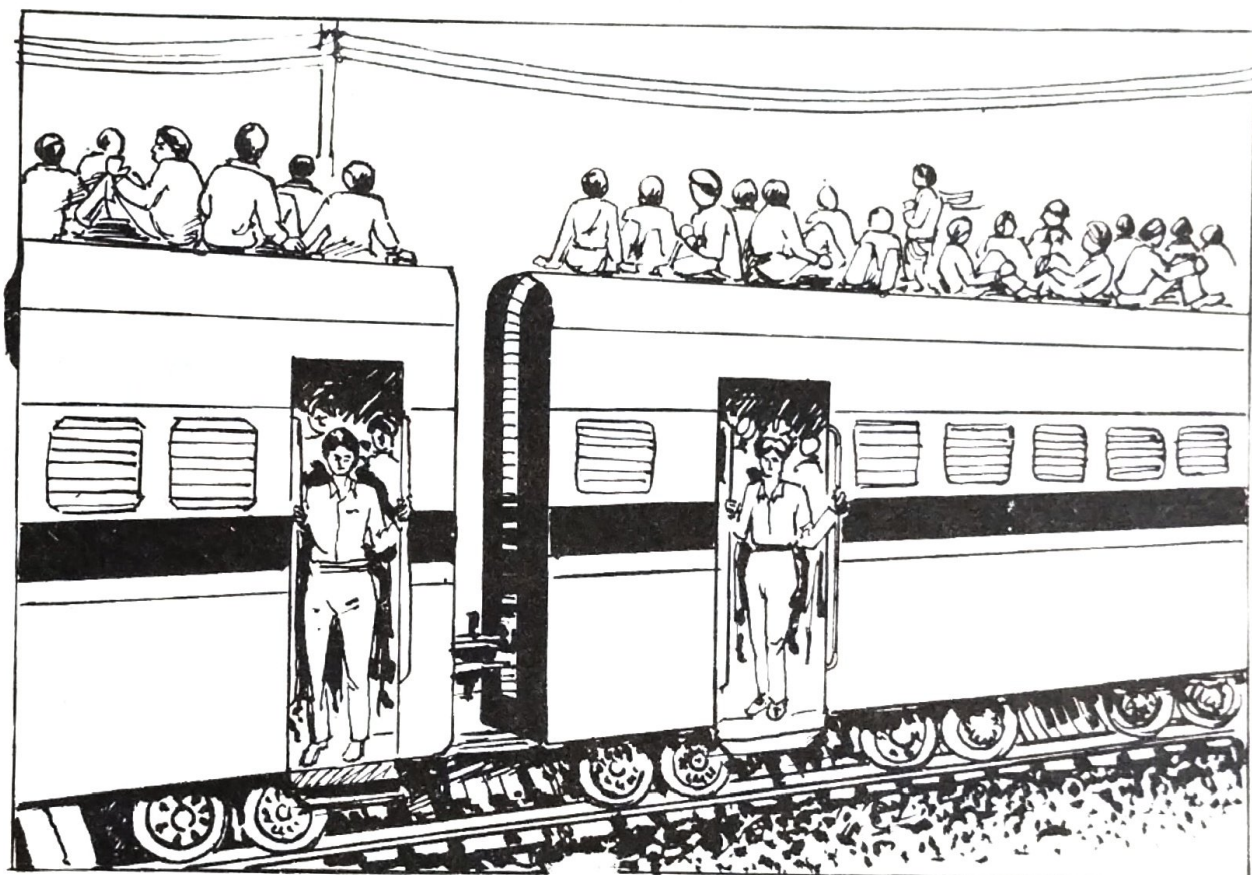
हमारे जीवन में इतनी बेसब्री क्यों है ? हर एक यही चाहता है कि मेरा काम सबसे पहले हो जाए ।

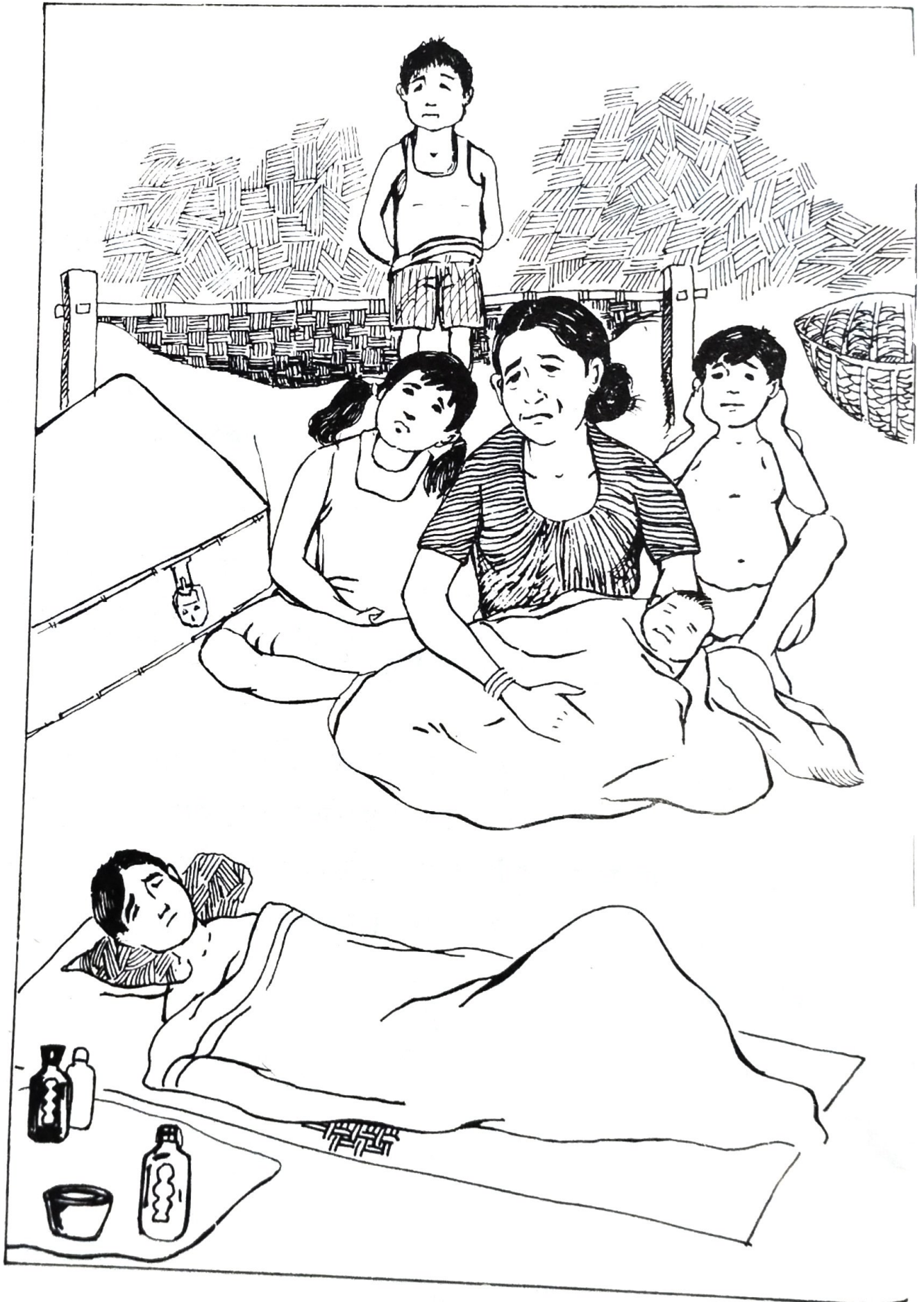
पहला कारण यह है कि हमको सब्र से काम लेना नहीं आता ।

दूसरा कारण यह है कि कुछ सरकारी नौकर अपना काम ठीक से नहीं करते ।

★ टिकट घर की खिड़की देर से खोलेंगे ।

★ खिड़की खोल भी दी तो गप्प लड़ाते रहेंगे ।

★ पब्लिक को देने के लिये खुले पैसे नहीं रखेंगे ।

★ बस को टाइम से नहीं चलाएंगे ।

बेसब्री का एक बहुत बड़ा कारण और है। वह यह कि आबादी ज्यादा और सहूलतें कम। इसलिए मन डरता रहता है कि रेल या बस में जगह मिले या न मिले। देर होने पर चीज़ मिले या न मिले। सो भैया धींगा मुश्ती करके चढ़ ही लो। चीज़ ले ही लो।

पाठ 7

बढ़ती आबादी

आबादी इतनी बढ़ती जा रही है कि बिना धींगा मुश्ती के काम ही नहीं चलता। हर तीन सेकिंड में 2 बच्चे पैदा होते हैं यानी रोज **57,600** बच्चे।

एक परिवार की आबादी बढ़ती है तो देश की भी आबादी बढ़ती है, क्योंकि बहुत से परिवार मिलकर ही देश बनाते हैं। इतने लोगों को खाना कहां से मिलेगा ?

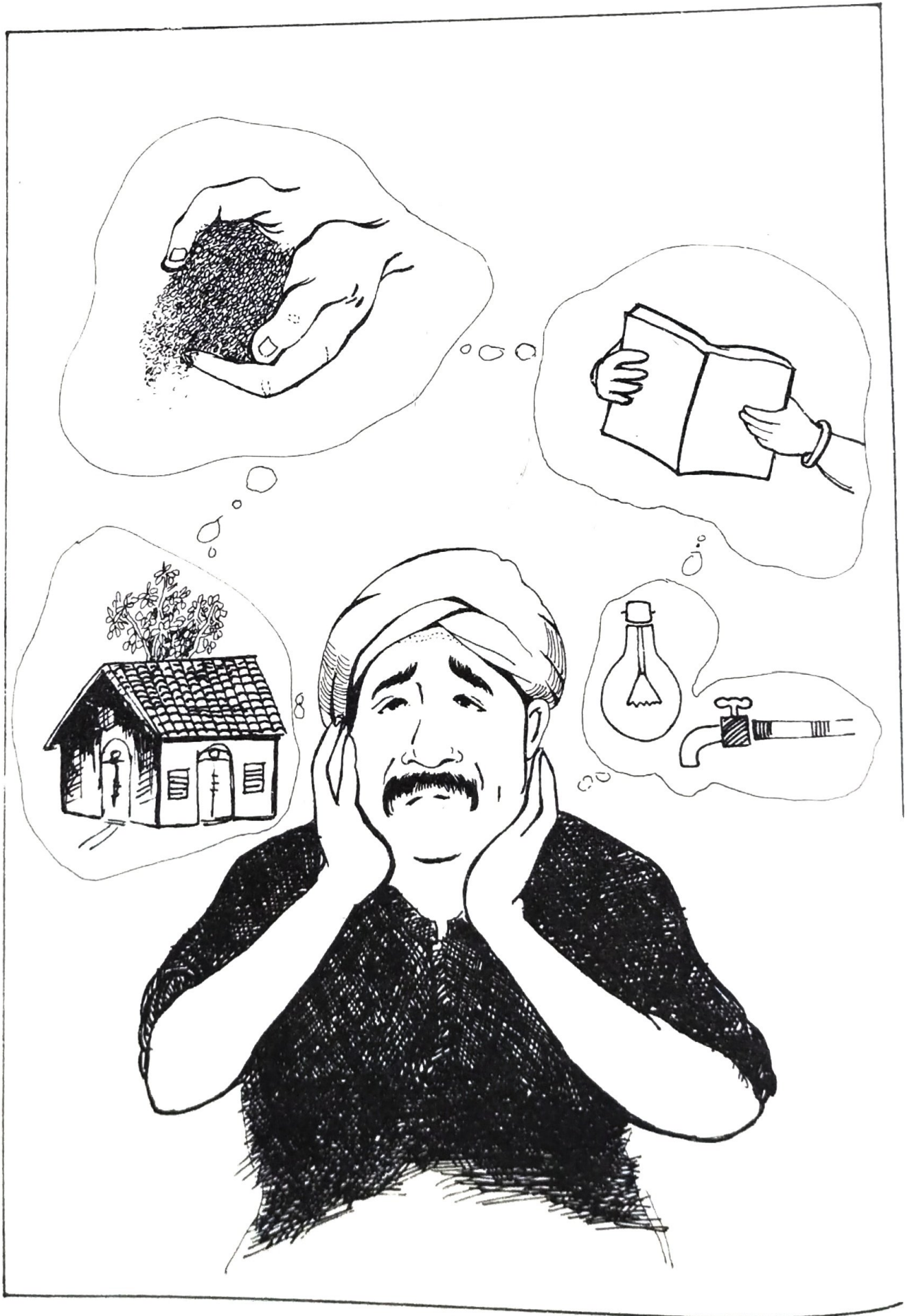
जब खाने की कमी होगी तो जंगलों को काटकर खेत बनाया जाएगा ताकि सब का पेट भरे। पर जंगलों में रहने वाले पशु पक्षियों का क्या होगा ?

पानी की भी कमी होगी। सब को काफी साफ़ पानी मिलना मुश्किल होगा।

मकानों की कमी होगी। छोटे से मकान में बड़ा परिवार रहेगा तो सबका स्वास्थ्य खराब होगा।

कपड़े की कमी होगी।

महंगाई बढ़ेगी

चीजों की कमी का नतीजा यह होगा कि महंगाई बढ़ेगी।

इतने लोगों को काम मिलना मुश्किल होगा तो बेरोजगारी भी बढ़ेगी।

सरकार कुछ क्यों नहीं करती ?

बेरोजगारी को दूर करने के लिए सरकार नए-नए कारखाने और मिलें बना सकती है, पर कितनी ? इन बहुत से कारखानों से गंदा धुआं और गंदा पानी निकलेगा जो कि वातावरण को खराब करेगा। इससे स्वास्थ्य खराब होगा।

सरकार चाहे जितनी भी रेलें और बसें चलाए, भीड़ कम नहीं होगी।

बिजली चाहे जितनी भी पैदा की जाए पर सबको पूरी बिजली देना कठिन होगा।

स्कूल चाहे कितने ही खोले जाएं, सब बच्चों को दाखिला मिलना कठिन होगा। अगर दाखिला मिल भी जाए तो एक कक्षा में पचासों बच्चे होंगे। इसलिए शिक्षक उनको अच्छी शिक्षा नहीं दे पाएगा।

कितने ही अस्पताल खोले जाएं, काफी नहीं होंगे। उनमें भीड़ ही भीड़ होगी। डाक्टर किसे देखे, किसे न देखे ?

तो फिर क्या उपाय हो ?

पाठ 8

एनीमिया

बदन में खून की कमी को एनीमिया कहते हैं। यह रोग बच्चों और औरतों में आम है। खास-तौर से गर्भवती और दूध पिलाने वाली स्त्रियों में। इस रोग में मौत नहीं होती पर जीना दूभर हो जाता है। मुंह पीला पड़ जाता है। चक्कर आता है। सांस फूलती है। जरा सा काम करने से थकान हो जाती है। किसी काम में मन नहीं लगता। स्वभाव चिड़चिड़ा हो जाता है। बहुत सी विवाहिता स्त्रियों का सुख चैन छिन जाता है।

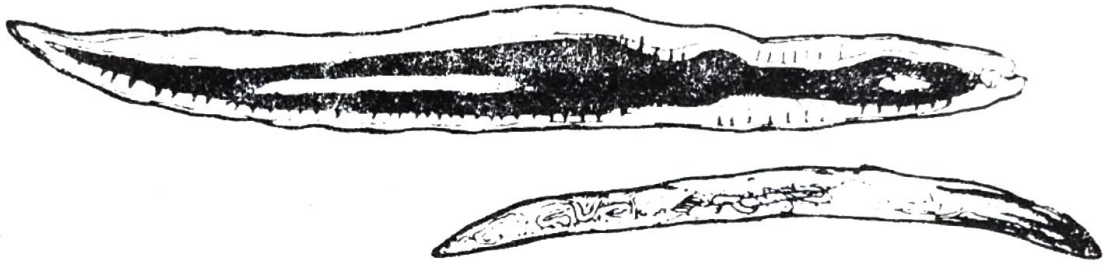
एनीमिया क्यों होता है ?

एनीमिया होने के तीन बड़े कारण हैं :

(1) पहला कारण है खाने में लोहे की कमी।

(2) दूसरा कारण है पेट में केंचुए होना।

ये केंचुए हमारी आंतों में रहते हैं। जो खाना हम खाते हैं उसका ज्यादा हिस्सा ये हड़प कर जाते हैं। ये केंचुए कई प्रकार के होते हैं। सबसे भयंकर हुकवर्म केंचुआ होता है। इसके मुंह के पास कांटे होते हैं। जब लोग नंगे पैर खेतों में या टट्टी में जाते हैं तो इस केंचुए के अण्डे पांव के तलुए में चिपक जाते हैं। फिर तलुए में छेद करके अंदर घुस जाते हैं। खून के साथ चक्कर लगाने के बाद अन्त में ये आंत की दीवार में अपने दांतों को गाड़ कर लटक जाते हैं और वहीं लटके लटके खून पीते रहते हैं।

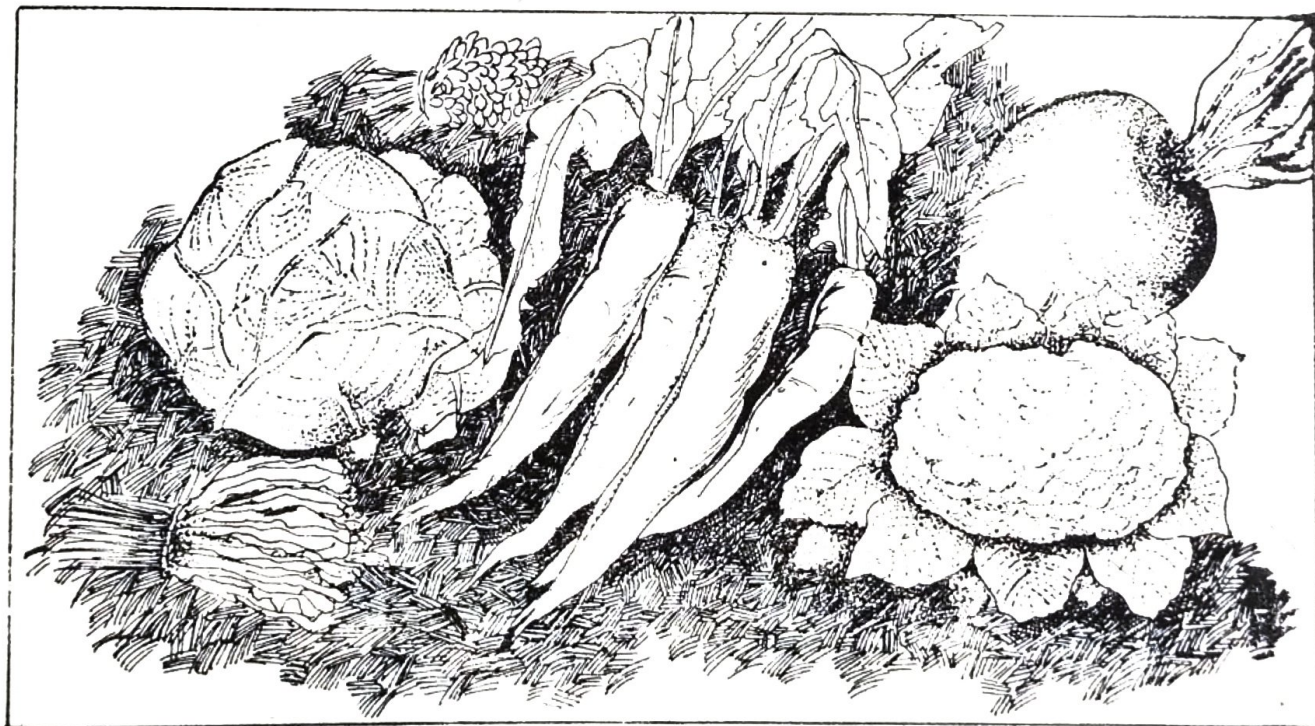
दूसरी तरह के केंचुए गोल और बित्ता भर लम्बे होते हैं। ये कभी-कभी पाखाने के रास्ते या मुंह से बाहर निकलते हैं। कच्चे फल और सब्जियों के जरिए ये पेट में जाकर पल बढ़ कर बड़े हो जाते हैं। ये भी आंतों में पड़े पड़े अपना हिस्सा बटाते रहते हैं। साथ ही साथ टट्टी के संग अपने अण्डे बाहर निकालते रहते हैं। इसी प्रकार इनके जीवन का चक्र

चलता रहता है—खाने के द्वारा हमारे शरीर में, फिर पाखाने के द्वारा खाने में।

(3) तीसरा कारण है बच्चों का जल्दी जल्दी-पैदा होना। जिन औरतों के जल्दी-जल्दी बच्चे पैदा होते हैं और उनको

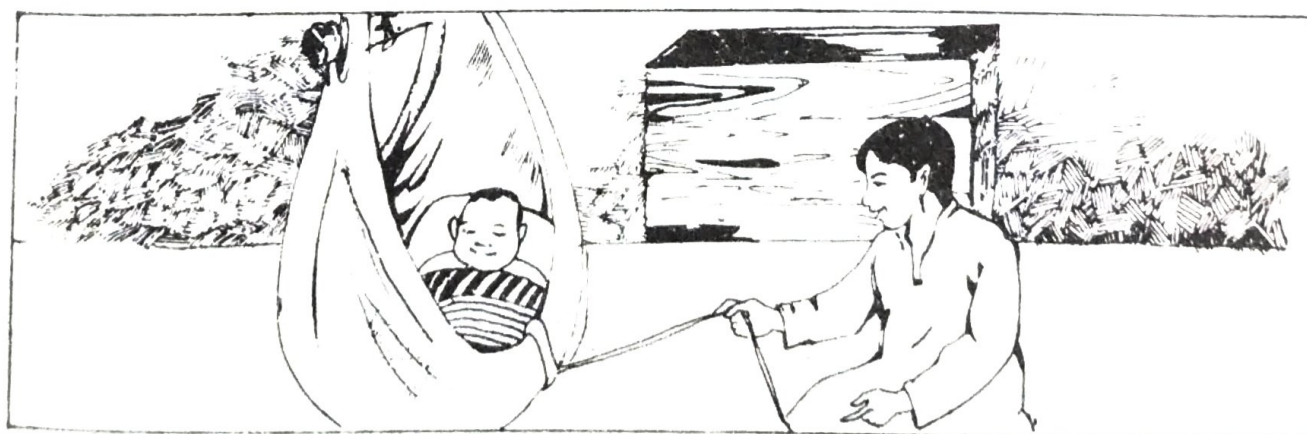
पौष्टिक खाना नहीं मिलता उनको भी एनीमिया हो जाता है। जो स्त्रियां बच्चों को अपना दूध पिलाती हैं और पौष्टिक आहार नहीं लेतीं उनको भी एनीमिया हो सकता है।

क्या एनीमिया का इलाज है ?

हां, इलाज है और कुछ कठिन भी नहीं। सावधानी बरती जाए तो हो सकता है एनीमिया हो ही नहीं।

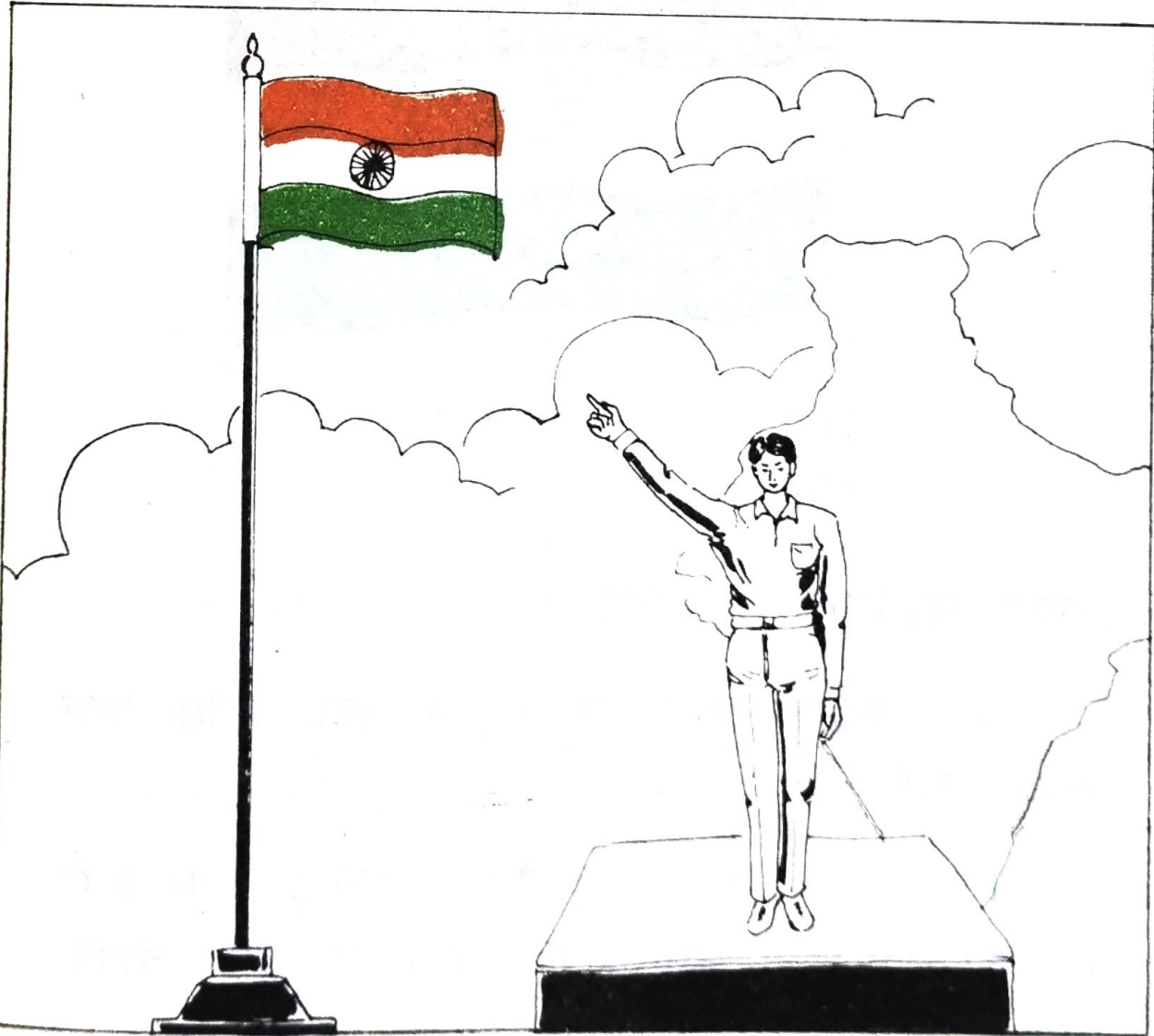
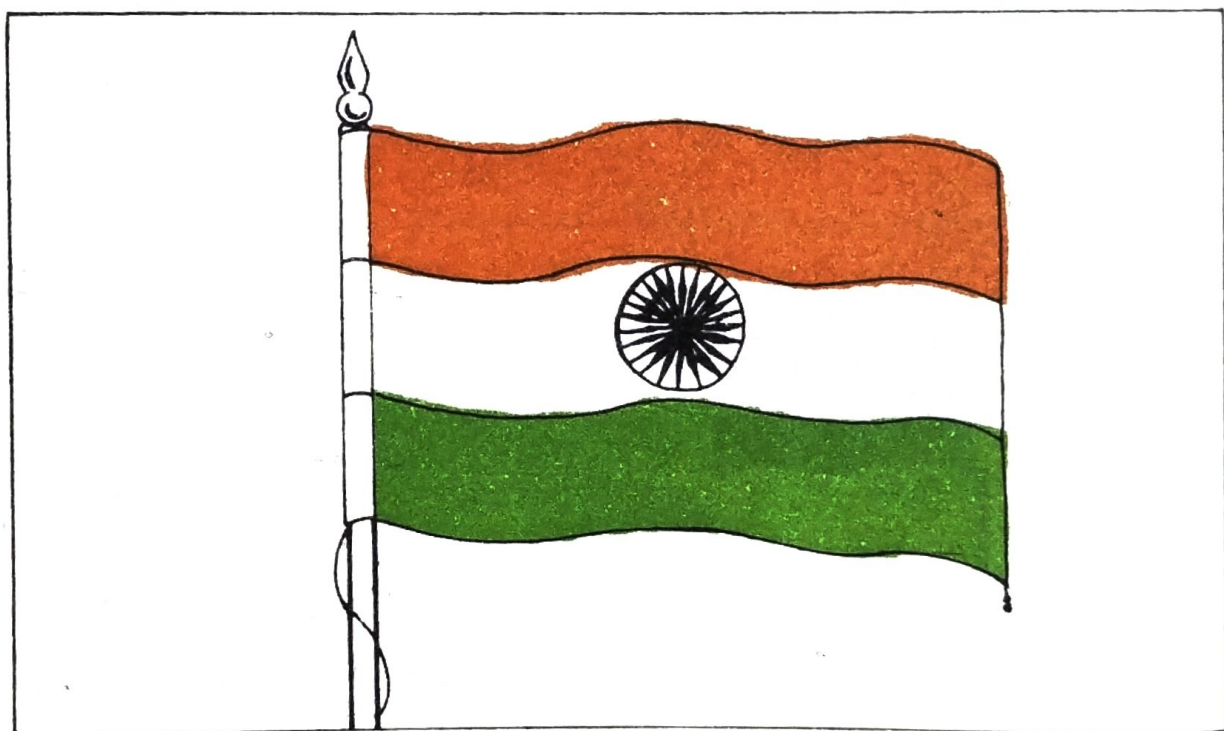
(1) हरी साग सब्जियां खाओ जैसे पालक, गोभी, मेथी, बन्द गोभी, बथुआ, चने का साग, कडम आदि। करौंदा

खाओ। इसमें बहुत लोहा होता है। चाहे कच्चा खाओ चाहे उसकी चटनी या मुरब्बा। हां, सब्जियों को बिना अच्छी तरह धोए मत खाओ। कलेजी और अण्डे में भी बहुत लोहा होता है। लेकिन अण्डे को कम से कम उबाला या पकाया जाए। गर्भवती तथा दूध पिलाने वाली स्त्रियों को इस प्रकार का भोजन करना चाहिए।

(2) नंगे पांव खेतों या टट्टी में न जाओ।

(3) दो बच्चों के बीच में कम से कम 2 साल का अन्तर हो तब एनीमिया का खतरा कम होता है।

(4) कभी-कभी मलेरिया तथा टायफाइड जैसे रोगों के बाद भी एनीमिया हो जाता है। उस समय भी ऐसा भोजन लो जिसमें लोहा हो।

पाठ 9

राष्ट्रीय झण्डा

यह हमारे देश का झण्डा है। यह पूरे देश का झण्डा है। इसका मान करना पूरे देश का मान करना है। इसका अपमान पूरे देश का अपमान है। इसलिए इसका मान करना चाहिए।

हमारे देश का झण्डा तिरंगा है। इसमें तीन रंग की तीन बराबर-बराबर की पट्टियां हैं। सबसे ऊपर की पट्टी केसरिया रंग की है। सबसे नीचे की पट्टी हरे रंग की है। बीच की पट्टी सफेद है। इस पर अशोक चक्र बना है।

झण्डा फहराने का तरीका :

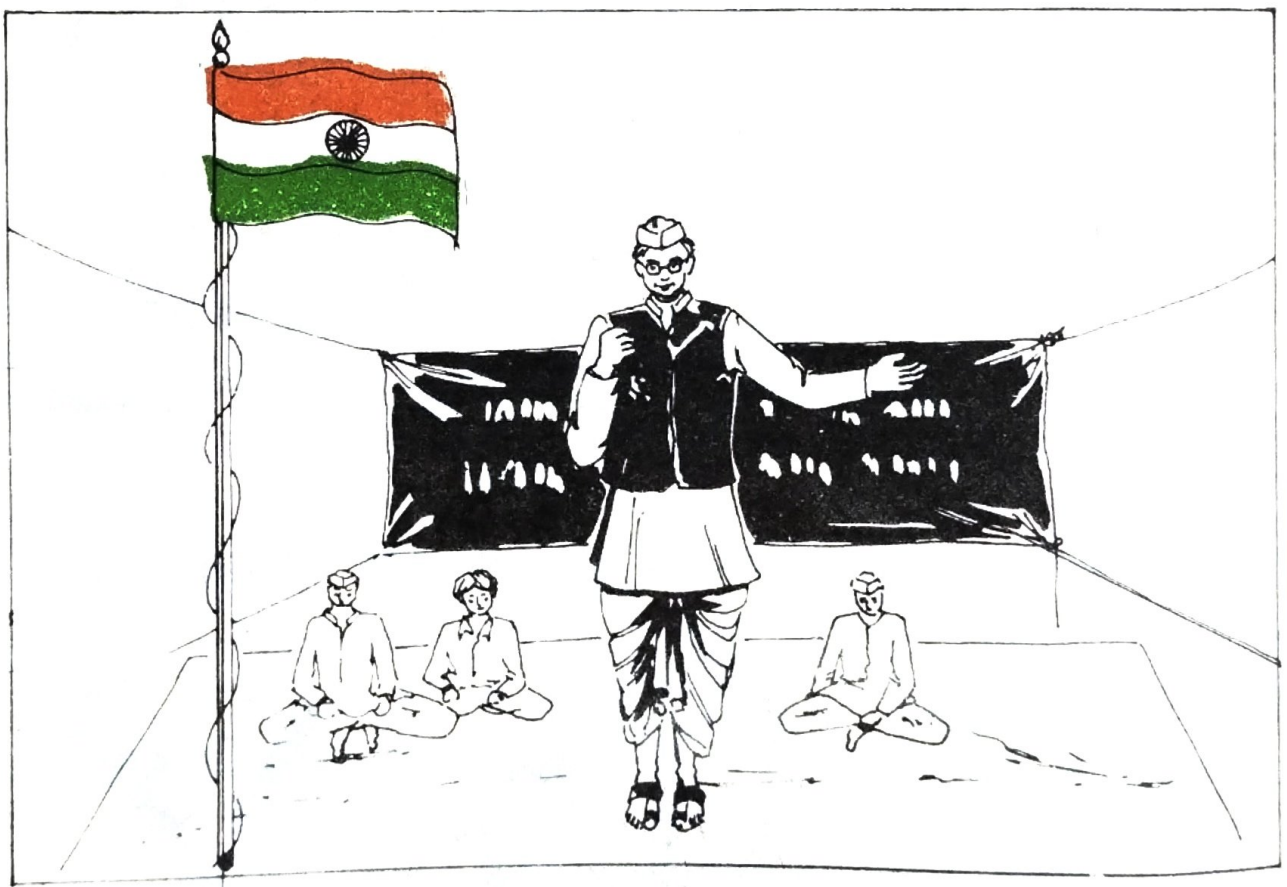
झण्डा फहराते समय केसरी रंग की पट्टी हमेशा ऊपर की ओर होगी।

झण्डा दिन में फहराया जाता है। सूरज डूबने पर झण्डे को उतार लिया जाता है। झण्डा तेजी से ऊपर चढाया जाता है।

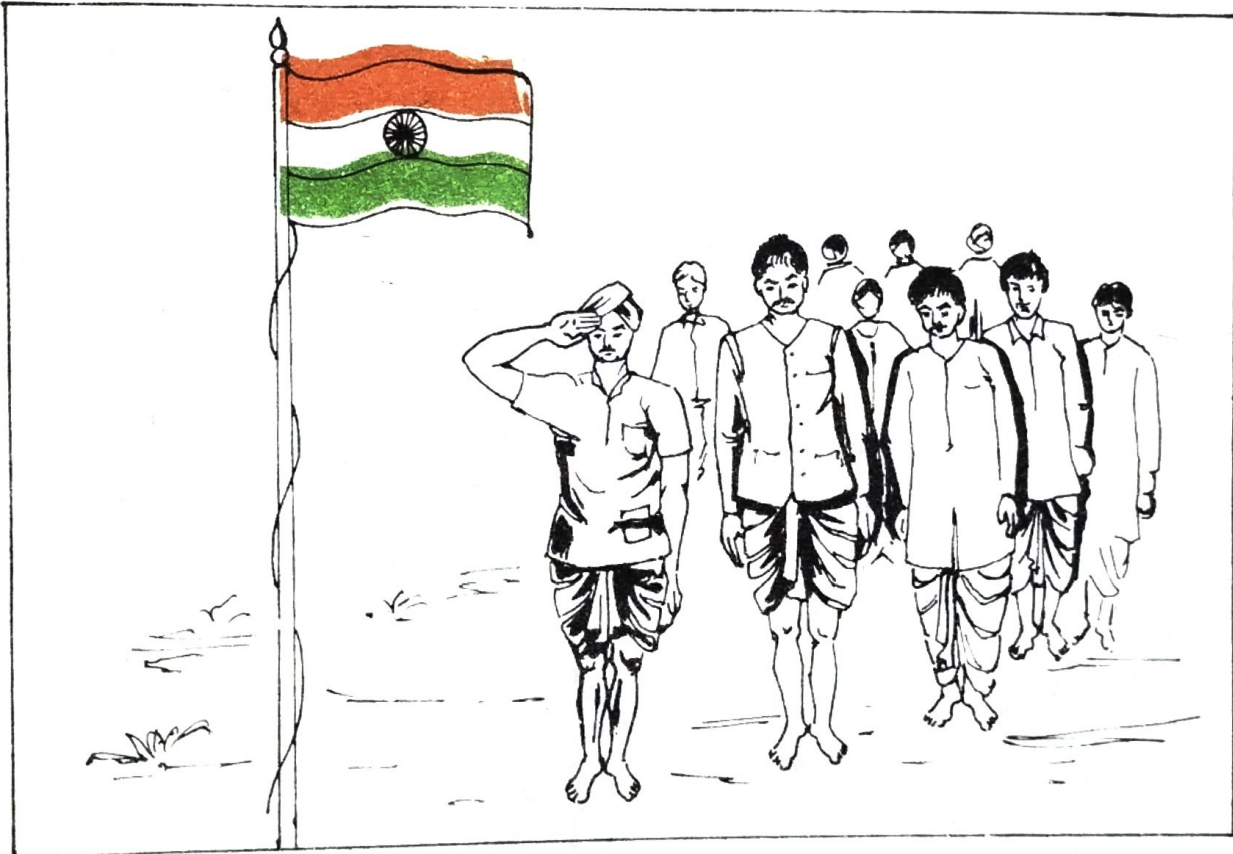
यदि झण्डें को जुलूस में लेकर जाना है तो उसे बाएं कंधे पर लेकर सबसे आगे-आगे चलो।

झण्डे को कभी सजावट के कपड़े की तरह इस्तेमाल न

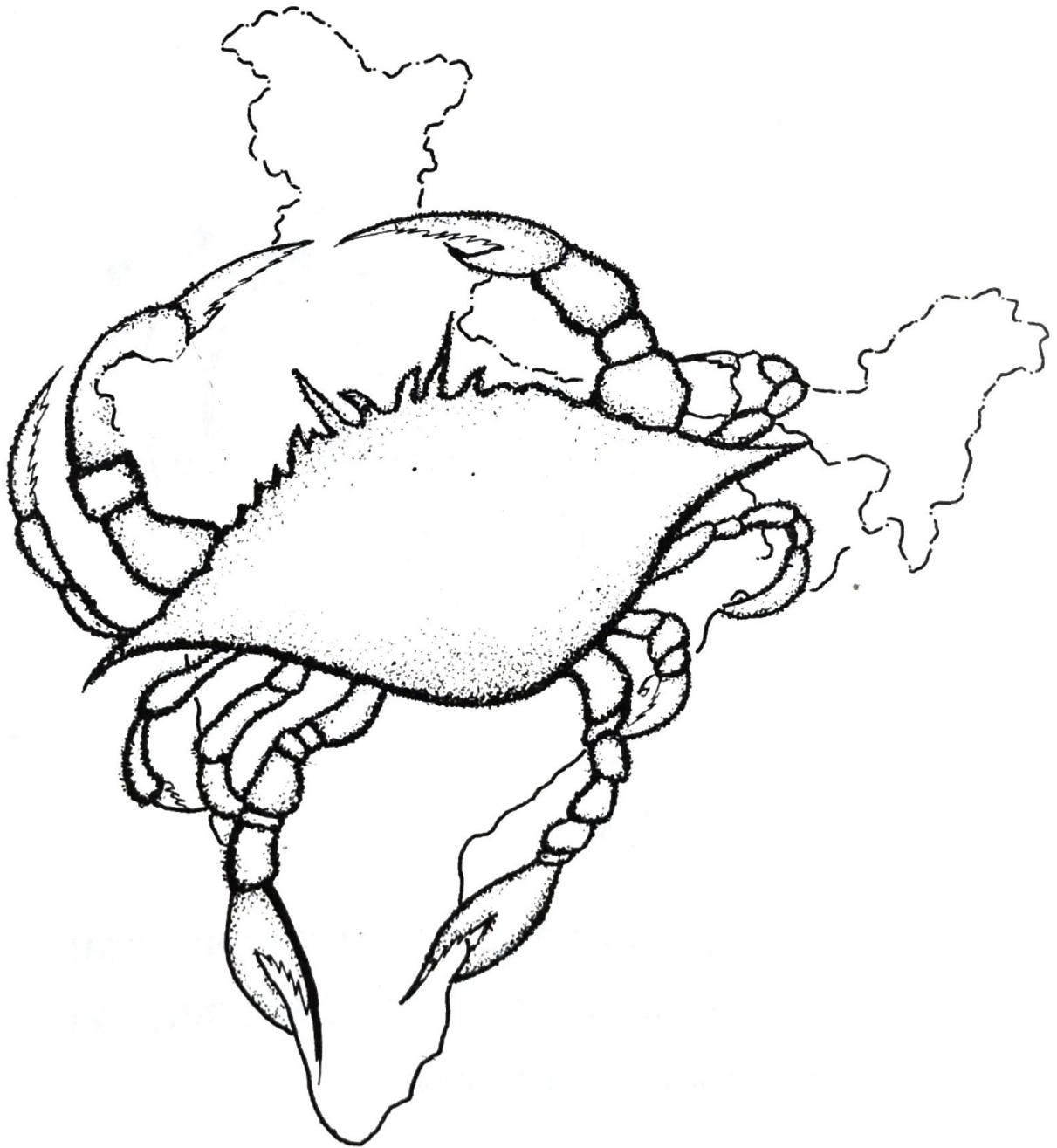
करो। झण्डे के ऊपर या उसके दाहिनी तरफ कोई और झण्डा या निशानी न फहराओ।

यदि मंच पर झण्डा लगाना हो तो उसको भाषण देने वाले के दाहिनी तरफ लगाओ।

झण्डे को सलामी :

झण्डा फहराते समय उसकी तरफ मुंह करके सावधान ढंग से खड़े हो जाओ। जिनका सिर ढका हो वे दाहिना हाथ

माथे तक लाकर सलामी दें। बाकी लोग सावधान की हालत में आकर सलामी दें।

झण्डा फहराने का दिन :

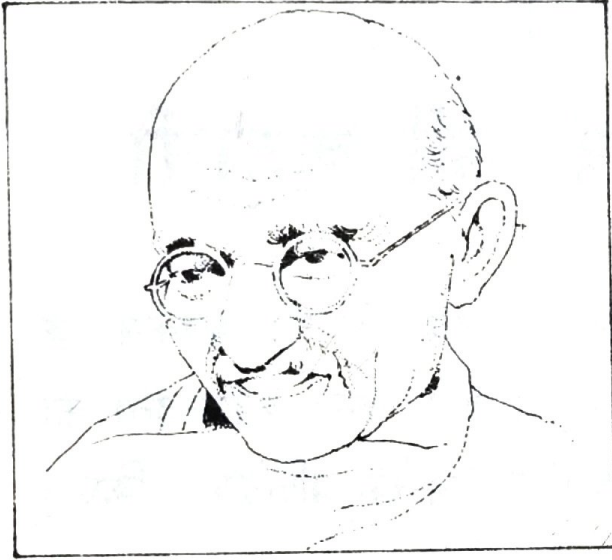
राष्ट्रीय झण्डा राष्ट्रीय त्योहारों पर ही फहराया जाता है। 15 अगस्त को स्वतन्त्रता दिवस पर, 26 जनवरी को गणतन्त्र दिवस पर झण्डा फहराया जाता है।

पाठ 10

हमारी आज़ादी की कहानी

हमारा देश लगभग दो सौ वर्ष तक अंग्रेजी सरकार के अधीन था। पर आज हम स्वतन्त्र हैं। इस स्वतन्त्रता को प्राप्त करने के लिए भारतवासियों ने अनेक बलिदान किए। बहुत बड़ा संघर्ष किया।

आज से लगभग साढ़े तीन सौ साल पहले अंग्रेजों ने भारत से व्यापार शुरू किया था। कुछ दिनों बाद देशी राजाओं की आपसी लड़ाई और कमज़ोर शासन से लाभ उठाकर उन्होंने धीरे-धीरे देश पर अपना अधिकार जमा लिया।

1857 में पहली बार सारे भारतवासियों ने मिलकर अंग्रेजी राज्य के ख़िलाफ़ लड़ाई शुरू कर दी। रानी लक्ष्मीबाई, तात्या टोपे, नाना साहब, मुगल सम्राट बहादुरशाह ज़फर तथा उनकी बेगम ज़ीनत महल इस लड़ाई के मुख्य नेता थे। पर उस लड़ाई में भारतवासी असफल रहे।

हारने के बावजूद अंग्रेजी सरकार के खिलाफ लोगों का गुस्सा कम नहीं हुआ। देश के पढ़े लिखे लोगों ने मिलकर "अखिल भारतीय कांग्रेस" नाम की संस्था बनाई। यह संस्था देशवासियों की मांगों को अंग्रेजी सरकार के सामने रखती थी। उमेशचन्द्र बैनर्जी और दादाभाई नौरोजी जैसे लोग कांग्रेस की

ताकत बढ़ाने लगे। देश के विभिन्न भागों के नेता उसमें शामिल हो गए। महाराष्ट्र के गोपाल कृष्ण गोखले और बाल गंगाधर तिलक, बंगाल के विपिनचन्द्र पाल तथा पंजाब के लाला लाजपतराय इसमें प्रमुख थे। तिलक ने स्वराज्य की मांग की। इन नेताओं ने जनता में नया जोश पैदा किया।

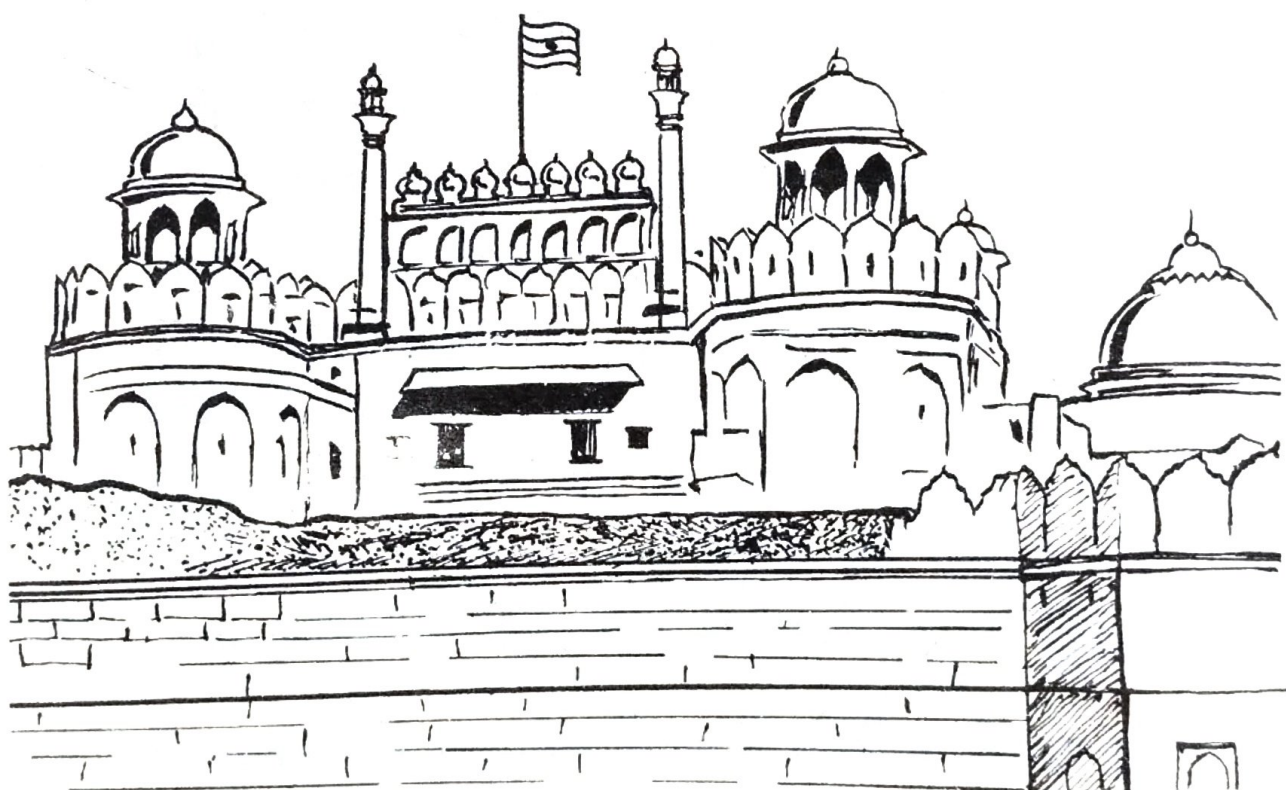
इसी समय महात्मा गांधी भी कांग्रेस में शामिल हो गए। देश के बड़े-बड़े नेता जैसे मोतीलाल नेहरू, सरदार पटेल, चितरंजनदास, अब्दुल गफ्फार खां, जवाहरलाल नेहरू, सुभाष चन्द्र बोस, अबुल कलाम आजाद, चक्रवर्ती राजगोपालाचार्य, सत्यमूर्ति, मौलाना शौकत अली, मौलाना मोहम्मद अली, राजेन्द्र प्रसाद, सरोजिनी नायडू, गोविन्द वल्लभ पन्त भी इसमें शामिल थे। धीरे-धीरे स्वराज्य की मांग बढ़ने लगी। अंग्रेजी सरकार ने गोलियों और लाठियों से इन मांगों का जवाब दिया। कठोर कानून बनाकर जनता की मांग दबाने की कोशिश की।

इन कानूनों के विरोध में हज़ारों स्त्री-पुरुष और बच्चों ने जलियांवाला बाग में एक सभा की। अचानक एक अंग्रेज अफसर ने बाग के दरवाजे को घेरकर निहत्थे लोगों पर गोलियां चलवा दीं।

इस घटना से मानो देश में आग लग गई। सारा देश गांधी और जवाहर के साथ हो गया। घर-घर में कांग्रेस का तिरंगा फहराने लगा।

लाहौर में कांग्रेस का एक बड़ा अधिवेशन किया गया।

इसके सभापति पण्डित जवाहरलाल नेहरू थे। उन्होंने पूर्ण स्वतन्त्रता की मांग की।

आजादी का यह आन्दोलन दिनों दिन बढ़ता गया। अंत में सरकार को झुकना पड़ा। अंग्रेज अधिकारियों ने महात्मा गांधी, जवाहरलाल नेहरू आदि नेताओं से बातचीत की। अंत

में वह दिन आ गया जिसका बरसों से इन्तज़ार था। देश स्वतन्त्र हो गया। 15 अगस्त, 1947 वह सुनहरा दिन था जब देश के प्रधानमंत्री जवाहरलाल नेहरू ने लाल किले पर राष्ट्रीय झण्डा बड़ी शान से फहराया।

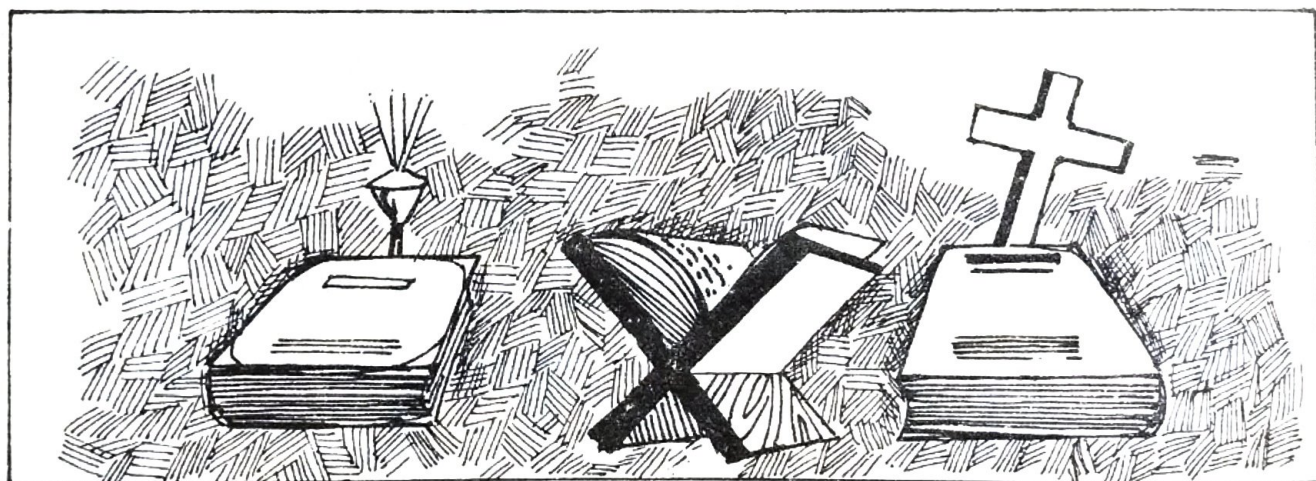
पाठ 11

हमारे कुछ अधिकार

हमारी सरकार ने हमें मूल अधिकार दिए हैं। इन अधिकारों को कोई हम से छीन नहीं सकता है। ये अधिकार इस प्रकार हैं :

1—हम सब बराबर हैं, चाहे हिन्दू हों या मुसलमान, अमीर हों या गरीब, स्त्री हों या पुरुष, सब को सरकारी नौकरी पाने का बराबर का अधिकार है। होटलों, सिनेमा घरों तथा अन्य पब्लिक स्थानों पर कोई भेदभाव नहीं हो सकता।

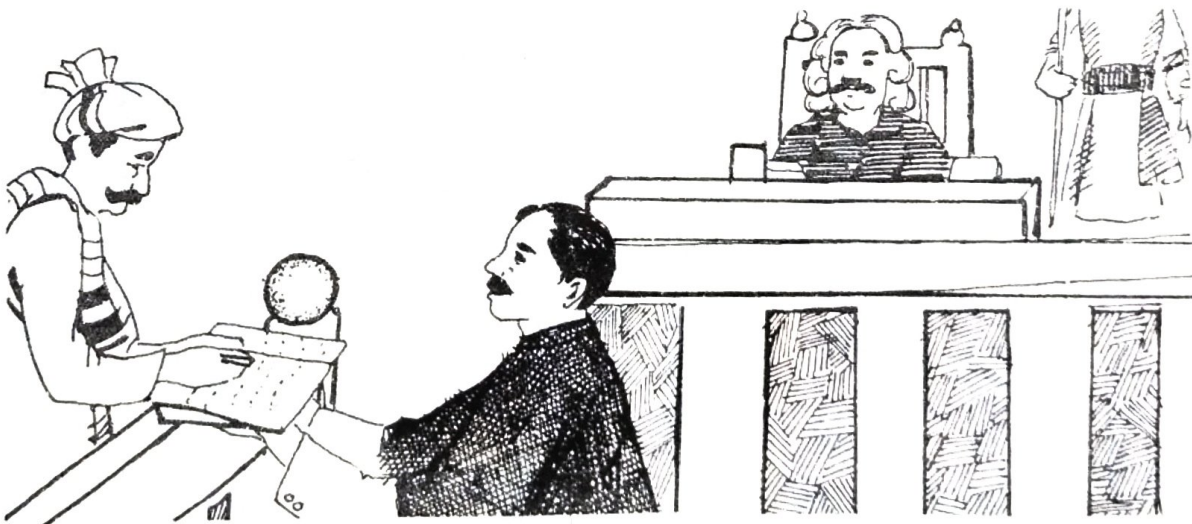
2–सब को बोलने, लिखने और अपने विचार दूसरों के सामने रखने की आज़ादी है। हमें यह भी आज़ादी है कि हम कोई भी धन्धा करें, देश के किसी भी भाग में बसें।

3–हम जिस धर्म को चाहें उसको मान सकते हैं। कोई भी हमें इस बात के लिये मजबूर नहीं कर सकता कि हम किसी एक खास धर्म को मानें।

4–अपनी मेहनत का फल पाने का हमको अधिकार है। यह नहीं हो सकता कि कोई हम से काम कराए और उसकी मज़दूरी न दे।

5–हमें अपनी रीति रिवाज के अनुसार जीवन बिताने का अधिकार है। हमें शिक्षा पाने का अधिकार है।

6–यह नहीं हो सकता कि बिना मुआवज़ा दिए कोई हमारी जायदाद हम से ले ले।

7–हमें बेगार से छुटकारा पाने का अधिकार है। कोई हम से मुफ्त काम नहीं ले सकता।

8–यदि हमारे अधिकारों को कोई छीने और इसमें रुकावट डाले तो हमें कोर्ट से न्याय मांगने का अधिकार भी है।

पर हमें अपने अधिकारों का इस्तेमाल करते समय दूसरे के अधिकारों का भी ध्यान रखना चाहिए। यह हमारा कर्तव्य है। यदि हम ऐसा नहीं करेंगे तो दूसरों को तकलीफ होगी, देश की शांति भंग होगी।

पाठ 12

दुलहन ही दहेज है

मेरा नाम रामस्वरूप है। यह मेरी दुख भरी कहानी है। राधा मेरी इकलौती पुत्री थी। वह मेरी और मेरी पत्नी की आंखों का तारा थी। हमने उसे बहुत लाड़ प्यार से पाला था। वह सुन्दर और सुशील लड़की थी। हमें अब उसकी शादी की चिन्ता थी। बहुत ढूंढने पर एक सुन्दर व पढ़ा लिखा लड़का मिला। लड़के की मां से हमने हाथ जोड़कर कहा "बहन जी, हम अपनी हैसियत से ज्यादा दहेज नहीं दे पाएंगे।" उन्होंने विनम्रतापूर्वक जवाब दिया "रामस्वरूप जी, हमें लड़की चाहिए, दहेज नहीं।" मेरा मन खुशी से झूम उठा। शादी के बाद राधा को विदा करते हुए मैंने कहा "जा बेटी, सास ससुर की सेवा करना। घर को स्वर्ग बना देना।" मेरी बेटी चली गई। घर सूना हो गया। परन्तु इस बात की खुशी थी कि मेरी बेटी अपने घर सुखी होगी।

एक दिन मेरी चौखट पर एक तांगा आकर रुका। उसमें से मेरी लाडली उतरी। मां से लिपट कर वह सिसकने लगी और बोली, "उन लोगों को दहेज चाहिए, मैं नहीं।"

दूसरे दिन बेटी को लेकर मैं उसकी सास के पास गया और बोला बहन जी, यह मेरी पूंजी है। आपने कहा था, "मुझे लड़की चाहिए दहेज नहीं।"

लड़के की मां ने चमक कर कहा, "इसका यह मतलब तो नहीं कि खाली हाथ भेज दो।"

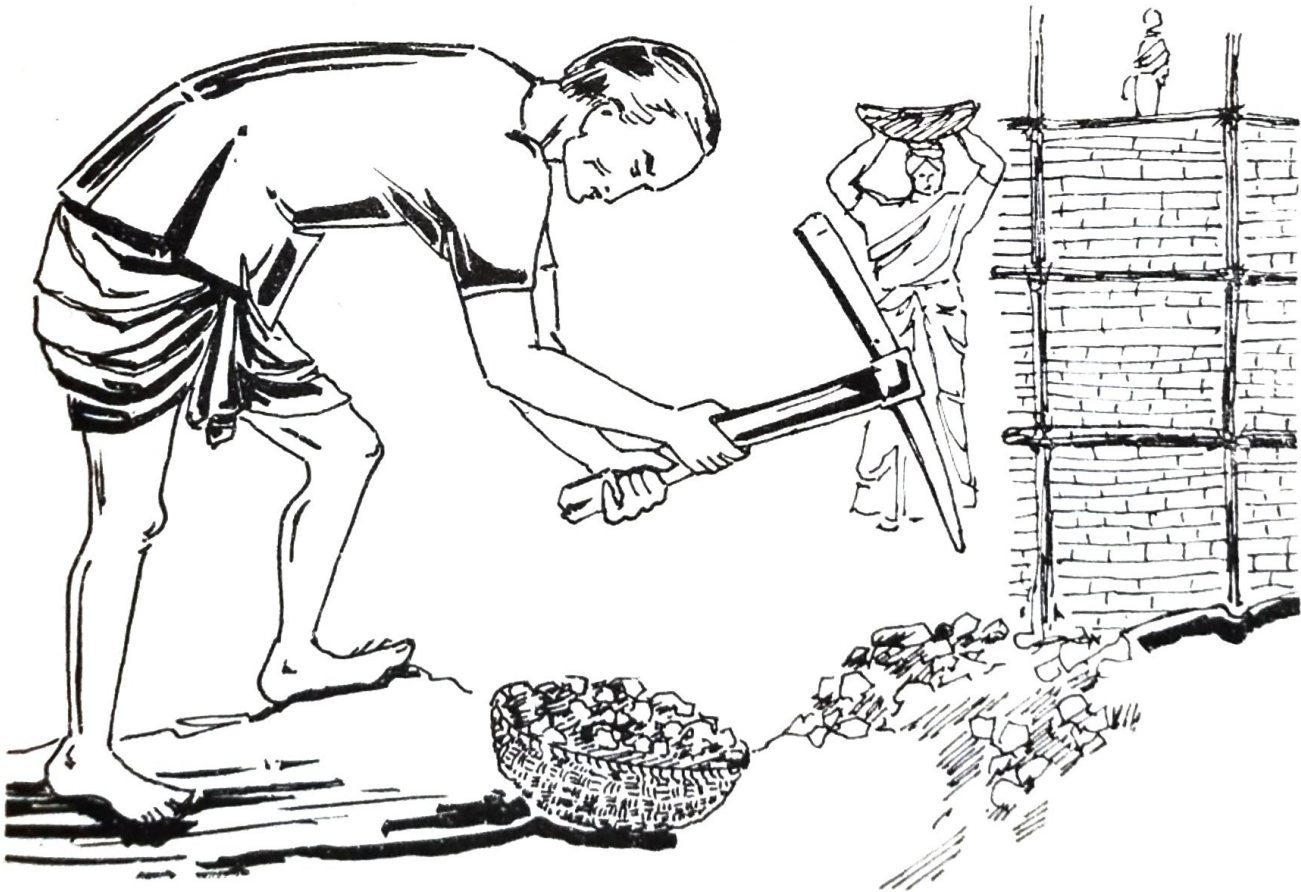
मैंने अपनी सारी जमा पूंजी उनके चरणों में रख दी और हाथ जोड़कर कहा, "इसे स्वीकार कर लें। मैं और देने का प्रयत्न करूंगा।"

सारी बात सुनकर मेरी पत्नी सन्न रह गई। सिसकते हुए बोली, "कहां से आएंगे दहेज के पैसे ? फिर अभी-अभी हमने

बीस हजार रुपये दिए हैं।"

मैंने आंसू पोंछते हुए कहा, "किसी तरह जुटाने का प्रयत्न करेंगे। हमारी बिटिया खुश रहे।"

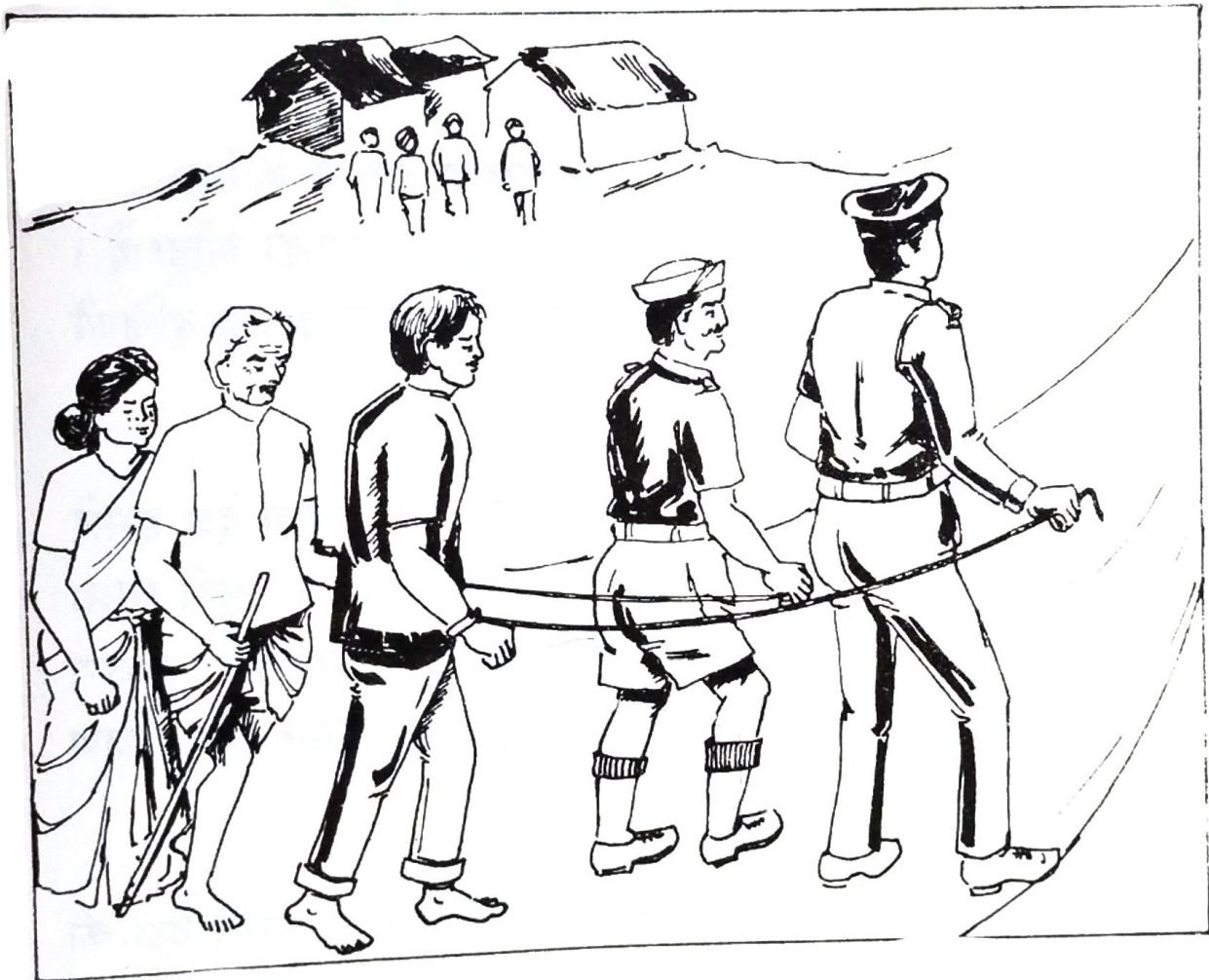
मैं दिन रात मेहनत करने लगा। पर एक दिन मेरे बूढ़े शरीर ने जवाब दे दिया।

मैंने खाट पकड़ ली, परन्तु मेरी चिन्ता बनी रही। आखिर हिम्मत करके उठा और फिर से काम करने लगा. पर सिर

चकराने लगता, शरीर टूटने लगता। मैं पागल की तरह एक-एक पाई जमा करने में लगा हुआ था।

उधर मेरी बेटी सताई जाने लगी। उसे सूखी रोटी और मार मिलती। सोने को पुवाल मिलता। दिन गुजरते रहे। मेरे पास अब थोड़े पैसे जमा हो गए थे।

एक दिन सुबह-सुबह हीरामन दौड़ता हुआ आया। वह हांफ रहा था। वह रोते हुए बोला, "रामस्वरूप भाई, बिटिया को

उसके सास ससुर ने जला दिया।" "क्या ?" मेरी आंखें फटी की फटी रह गईं। राधा की मां बेहोश हो गई।

पुलिस लड़के तथा उसके मां बाप को ले गई। पर इससे

क्या मेरी बेटी वापस आ जाएगी ? मेरी बेटी जीवित होती तो उस घर को स्वर्ग बना देती। पर दहेज की लालच में वे अंधे हो गए।

—विनय कुमार सिन्हा

पाठ 13

भारत–हमारा देश

भारत एक विशाल देश है। लम्बाई चौड़ाई के हिसाब से यह संसार का सातवां देश है। यह बीच में ज्यादा चौड़ा है। दक्षिण में इसकी चौड़ाई कम होती जाती है। इसका दक्षिणी सिरा तो बिलकुल नुकीला है।

पाकिस्तान, चीन, नेपाल, बर्मा और बंगला देश हमारे पड़ोसी देश हैं। ये भारत की पश्चिमी, उत्तरी और पूर्वी सीमा बनाते हैं। देश का दक्षिणी सिरा समुद्र से घिरा है। दक्षिण पश्चिम में अरब सागर, दक्षिण में हिन्द महासागर और दक्षिण पूर्व में बंगाल की खाड़ी है।

उत्तर में हिमालय पर्वत है। यह शत्रुओं से हमारे देश की रक्षा करता है। हिमालय के दक्षिण में लम्बा चौड़ा समतल उपजाऊ मैदान है। इसको उपजाऊ बनाने वाली अनेकों नदियां हैं। गंगा, यमुना, ब्रह्मपुत्र यहां की मुख्य नदियां हैं।

इस मैदान के दक्षिण पश्चिम में रेगिस्तान है। रेगिस्तान में रेत ही रेत है। यहां दूर-दूर तक पानी नहीं मिलता। वर्षा यहां बहुत कम होती है। यह रेगिस्तान राजस्थान में है।

गंगा के मैदान के दक्षिण में बहुत बड़ा पठारी मैदान है। यह पठार कड़ी चट्टानों का बना है। यह देश का अधिकतर भाग घेरे हुए है। यहां की भूमि ऊंची नीची है। यहां खनिज पदार्थों के भंडार दबे पड़े हैं। पठार के पश्चिम और पूर्व में समुद्र के साथ-साथ संकरे मैदान हैं। यहां की भूमि उपजाऊ है। यहां गंगा के मैदान जैसी हरियाली है।

पाठ 14

भारत के विभिन्न राज्य

भारत एक विशाल देश है। पूरे देश पर शासन करना आसान नहीं है। इसलिए इसको अनेक राज्यों में बांट दिया गया है। धरातल की बनावट और जलवायु अलग अलग होने के कारण देश के सभी छोटे बड़े राज्यों में रहने वाले लोगों का रहन सहन और पहनावा भी अलग अलग है। विभिन्न जगहों पर अलग अलग चीजें पैदा होती हैं। इसलिए लोगों के काम धन्धे और रीति रिवाज भी अलग अलग हैं। बर्फ से ढके पर्वतों के बीच रहने वाले और समुद्र के किनारे के हरे भरे मैदानों में बसे लोगों के जीवन में बहुत अन्तर हैं। यह अन्तर होना स्वाभाविक है। परन्तु कुछ बातें ऐसी हैं जो सब में एक सी हैं। हम सब एक देश के निवासी हैं। इसलिए हमको आपस में प्रेम से रहना चाहिए। संकट के समय मिलकर शत्रु का सामना करना चाहिए।

बारह महीने

साल में बारह महीने होते हैं। कुछ में 30 दिन होते हैं और कुछ में 31। फरवरी में 28 या 29।

अंग्रेजी महीनों के नाम	दिन
1—जनवरी	31 दिन
2—फरवरी	28 या 29 दिन
3—मार्च	31 दिन
4- अप्रैल	30 दिन
5—मई	31 दिन
6—जून	30 दिन
7—जुलाई	31 दिन
8- अगस्त	31 दिन
9—सितम्बर	30 दिन
10- अक्तूबर	31 दिन
11—नवम्बर	30 दिन
12—दिसम्बर	31 दिन

पत्र

पूजनीय पिताजी　　　　　　　　　　　　　　नई दिल्ली

नमस्ते　　　　　　　　　　　　　　　　　23.11.84

आशा है आप सकुशल होंगे। आपके आशीर्वाद से मैं भी ठीक हूं। माता जी का स्वास्थ्य अब कैसा है? उनके इलाज के लिए पैसे भेजे हैं। मिलने पर खबर करें। माता जी को नमस्ते और मीना को आशीर्वाद।

आपका पुत्र
चेतू राम

श्री राम लखन
ग्राम-जलालपुर
डाकखाना-खास
जिला-अलीगढ़ (उ० प्र०)
पिनकोड 202001

अनुदेशकों के लिये पुस्तकें

1.	**जच्चा बच्चा की सेहत**	मूल्य रु. ३.५०
2.	**बैंक आपकी सेवा में**	मूल्य रु. ३.५०

सप्लीमेंट्री पुस्तकें

1.	**जादू** – (वास्तविकता को न समझने से अंधविश्वास पैदा हो सकता है ।)	मूल्य रु. ३.५०
2.	**तपेदिक** – (तपेदिक का इलाज आसान है लेकिन लापरवाही करने से मरीज की जान खतरे में पड़ सकती है ।)	मूल्य रु. ३.५०
3.	**सब मिलकर** – (सब मिलकर ही समाज के दुश्मनों का सामना कर सकते हैं ।)	मूल्य रु. ३.५०
4.	**अंधविश्वास** – (टोने-टोटके के अनुसार इलाज कराने से बीमार की जान जा सकती है ।)	मूल्य रु. ३.००
5.	**धार्मिक कहानियां** – (मनुष्य का जीवन समाज के हित के लिए है और समाज संसार के हित के लिए ।)	मूल्य रु. ३.००
6.	**स्त्री को पढ़ाओ** – (एक पढ़ी लिखी स्त्री परिवार को स्वर्ग बना सकती है ।)	मूल्य रु. ३.००

जेबी पुस्तकें

1.	**सिलाई बुनाई कढ़ाई**	इनमें काम आने वाले सामान और औज़ारों के चित्रों द्वारा पेशावर स्वयं उनके नाम पढ़ सकता है । कुछ जरूरी जानकारी भी दी गई है ।	मूल्य रु. २.५०
2.	**इमारती औज़ार और सामान**		,,